REGOLA DI VITA CRISTIANA

Non è una prescrizione medica, ma semplicemente una scelta di vita

1) LETTURA CONTEMPLATIVA DELLA SACRA SCRITTURA (*BIBBIA*) dopo l'invocazione dello Spirito Santo per la perfetta meditazione.

2) ORAZIONE LITURGICA DELL'UFFICIO DIVINO (*BREVIARIO*) e poi del **"*Libro delle Preghiere Quotidiane*"** che comprende il Santo Rosario.

3) DIGIUNO MARIANO A "*PANE ED ACQUA*" (*Mercoledì e Venerdì*) per purificare la mente (*psiche e morale*), il cuore, corpo ed anima.

4) CONFESSIONE e COMUNIONE almeno domenicale.

5) ESERCIZIO DELLE OPERE DI CARITÀ SPIRITUALE E CORPORALE:

- Per i Sacerdoti e/o Vescovi **(*Predicare, Confessare, Celebrare, Battezzare, Esorcizzare*).**

- Per tutti i battezzati cristiani praticanti: "***Evangelizzare" "Esercitare le 7 opere di misericordia Spirituale e Corporale"*** *ed impegnarsi a "**Vivere pienamente la Liturgia Eucaristica"** in perfetta comunione con Iddio-Eternità*).